

Světový den záchrany života v Českých Budějovicích

21.10.2025 - | Zdravotnická záchranná služba Jihočeského kraje

Ve čtvrtek 16. října připomněli jihočeští záchranáři na českobudějovickém náměstí, jak důležité je umět rozpoznat srdeční zástavu a poskytnout první pomoc.

Vzdělávací a výcvikové středisko Zdravotnické záchranné služby Jihočeského kraje připravilo – již tradičně v rámci Světového dne záchrany života – edukační akci pro širokou veřejnost. Návštěvníci si mohli vyzkoušet základy neodkladné resuscitace, práci s automatickým externím defibrilátorem, seznámit se s vybavením sanitních vozidel a dozvědět se více o každodenní práci záchranářů.

Děkujeme Vám všem, co jste přišli. Velké díky patří také našim kolegům, kteří se na organizaci akce podíleli a za aktivní spoluúčast studentkám ze Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity.

Motto: KAŽDÝ ČLOVĚK na světě může ZACHRÁNIT život

Srdeční zástava postihuje v Evropě přibližně půl miliónu lidí ročně. Nejčastější příčinou je onemocnění srdce, například akutní infarkt srdečního svalu. Vlivem genetických predispozic, změn životního stylu, stresu, kouření a dalších rizikových faktorů v posledních letech narůstá výskyt srdečních zástav u mladých osob, včetně sportovců. Srdeční zástava vzniká obvykle neočekávaně, často z plného zdraví a bez varovných příznaků. Nikdo z nás neví, zda se v příštích minutách nestane svědkem takové příhody nebo nebude pomoc potřebovat sám.

Poskytnutí pomoci je přitom velmi jednoduché. Zavolání na linku 155 pomocí mobilního telefonu nebo mobilní aplikace Záchranka a provádění srdeční masáže. Simulační studie prokázaly, že už děti od 12 let dokáží stlačovat hrudník postiženého do dostatečné hloubky a přivolání pomoci zvládnou děti od první třídy základní školy. Operátoři tísňové linky 155 vždy po telefonu poradí, co dělat do příjezdu posádky záchranné služby. Resuscitace zahájená svědky náhlého kolapsu až trojnásobně zvyšuje šanci postiženého na přežití!

Srdeční zástava se projevuje náhlou ztrátou vědomí s pádem postiženého na zem. Většina lidí po vzniku srdeční zástavy nepřestane dýchat úplně, ale po dobu několika dalších minut se lapavě nadechuje („jako kapr“). Tento stav vyžaduje okamžité přivolání záchranné služby a neprodlené zahájení resuscitace. Častou příčinou neposkytnutí pomoci bývá nerozpoznání srdeční zástavy nebo obava z vlastního selhání. Pro záchranu postiženého je nejdůležitější srdeční masáž. Střed hrudníku musí být stlačován do hloubky 5 až 6 centimetrů frekvencí 100 až 120krát za minutu. Rytmickým stlačováním hrudníku lze rozpohybovat krev transportující kyslík do mozku. Pro přežití dospělých osob se spatřenou srdeční zástavou doma, v práci nebo kdekoli na veřejnosti je i samotná srdeční masáž velmi efektivní a lze ji provádět i bez předchozího nácviku.

Nebojte se zachránit život! Nikdy nevíte, kdy budete pomoc potřebovat sami.

<https://www.zzsck.cz/aktuality/6106-svetovy-den-zachrany-zivota-v-ceskych-budejovicich>